

## 颜晓红校长一行 春节来院慰问临床一线同志



2月16日大年初一上午,颜晓红校长一行来到我院门诊急症大楼,亲切慰问春节期间坚守在临床一线的医护人员,向他们表达节日的问候。春节期间,医院门诊

诊量骤增,医护人员忙得几乎没有停顿休息的时间,在千家万户团圆欢度佳节的时候,他们坚守在一线,默默奉献。颜晓红校长询问了有关医院春节排班、值班人

员生活等情况,并叮嘱大家要注意身体,高度重视安全,做好医疗保障工作,向医务人员的无私付出表达崇高的敬意。

## 医院召开 2017 年度 党员领导干部民主生活会

2月9日,医院党委召开2017年度党员领导干部民主生活会,紧扣“认真学习领会习近平新时代中国特色社会主义思想,坚定维护以习近平同志为核心的党中央权威和集中统一领导,全面贯彻落实党的十九大各项决策部署”的主题,重点对照党章,对照《中共中央政治局关于加强和维护党中央集中统一领导的若干规定》《中共中央政治局贯彻落实中央八项规定实施细则》精神,对照初心和使命,深入进行党性分析,深入开展批评和自我批评。

江苏大学校长颜晓红莅临会议并全程指导。医院党委书记尹志国主持会议。医院领导班子成员全体出席。

医院党委对开好这次民主生活会高度重视,多次进行专题研究和专题学习,广泛征求群众意见和建议,深入开展谈心谈话,确保民主生活会开出高质量、开出新气象。

会上,尹志国首先通报了2016年度医院领导班子专题民主生活会整改落实情况和2017年度党员领导干部民主生活会征求意见情况。之后,尹志国代表医院领导班子作对照检查,紧紧围绕学

习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想,坚决维护习近平总书记在党中央和全党的核心地位、维护党中央权威和集中统一领导;认真执行党中央决策部署和上级党委决议决定,带头坚持请示报告制度;对党忠诚老实,不当两面派、不做“两面人”;担当负责、攻坚克难,履行全面从严治党责任;纠正“四风”不止步;严格执行廉洁自律准则等6个方面,深刻剖析领导班子存在的突出问题及问题产生根源,有针对性地提出整改措施。随后,尹志国带头、党员领导干部逐一进行对照检查和自我批评,相互开展严肃认真批评。大家紧扣主题、联系实际,深刻剖析、坦诚相见,达到了交流思想、加深了解、凝聚力量、增进团结的目的。

尹志国指出,这次民主生活会达到了预期目的,进一步增强了医院领导班子的凝聚力战斗力向心力,要以这次民主生活会为契机,进一步落实好全面从严治党主体责任,落实好领导班子成员“一岗双责”,不断提高班子引领发展能力和服务医院职工水平,努力推进医院发展稳步向前。

在认真听取各位党员领导干部发言后,颜晓红对这次民主生活会给予充分肯定。他指出,这次民主生活会,医院党委、领导班子及班子成员准备充分,会议程序符合要求,班子和班子的对照检查严、实、准,相互之间的批评既敞开了心扉,又注意了团结,是一次高质量的民主生活会。

最后,颜晓红对医院领导班子及班子成员提出三点希望。一是政治要清明。他强调,新时代最重要的政治,就是学习宣传贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想,要切实学懂、悟透、做实。要旗帜鲜明抓党建,充分认识党建无特区,有特色、有实效。无特区,就是以党章为根本遵循,牢记为人民群众服务的初心和使命;要注重加强基层党建,把党建工作落实到每一个党员身上;要从严落实要求,党员领导干部不能有特殊化,普通党员也不能有特殊化。有特色,就是在方法上不断创新;要立足医院发展,通过事业引领党建。有实效,就是从推动党的事业发展的角度,加强党建和医院文化,真正发挥党建工作凝聚人心、净化心灵、激发斗志的作用。

## 新征程呼唤新作为 2017 年度 总结表彰大会圆满举行

2月7日下午,我院2017年度总结表彰大会在院图书馆报告厅举行。全体院领导、正副科主任、正副护士长、中层干部、班组长等参加会议,会议由党委书记尹志国主持。

院长陈德玉全面总结了医院2017年的主要工作:在学校党委行政的坚强领导下,全院干部职工深入学习贯彻党的十九大报告精神,紧紧围绕“高水平大学附属医院和高水平三甲医院”的建设目标,克难奋进,开拓创新,圆满完成了年度各项任务,医院各项事业发展取得了一系列新成就。一年来,医院全力保证运行质量,综合实力不断攀升;全面依靠科学管理,内涵建设不断加强;注重强化质量立院,服务水平不断提升;扎实推进学科建设,品牌意识不断增强;大力实施人才强院,发展活力不断迸发;持续加大科技创新,科研成果不断突破;积极探索教学改革,教学质量不断提高;着力抓好信息化建设,智慧医疗不断成熟;统筹推进后勤保障,医院环境不断改善;贯彻落实健康中国战略,医改工作不断深化;充分发挥政治核心作用,党建工作不断创新。2017年是贯彻党的十九大精神的开局之年,是改革开放40周年,是决胜全面建成小康社会、实施“十三五”规划承上启下的关键一年,我们要在质量立院、人才强院、特色兴院、创新领院、文化塑院、党风廉政这几个方面发力,向“高水平大

学附属医院和高水平三甲医院”奋斗目标不断迈进,夯实中华民族伟大复兴的健康之基!

党委书记尹志国宣读了2017年度医院获得的各类集体和个人荣誉,他说,2018年是“十三五”事业发展承前启后的一年,也是医院深化改革,加快发展,不断推进高水平大学附属医院和高水平三甲医院建设的重要一年。这一年里,我们面临的任务更艰巨,工作更繁重。全院干部职工一定要以深入贯彻落实十九大精神为引领,以筹备召开医院第三次党代会为契机,认真研判医院发展面临的新形势新任务,科学描绘医院新一轮发展的美好蓝图,不驰于空想,不骛于虚声,用我们扎扎实实的苦干实干,奋力谱写新时代医院发展的新篇章。在给全院职工送上新年问候的同时,尹书记再一次强调了廉洁自律问题,他希望全院职工,尤其是党员干部,要切实增强政治敏感性,严格执行相关文件的有关规定,坚决不踩“红线”,不越“底线”,个个争当廉洁自律的“领头雁”,在风清气正的氛围欢度新春佳节。

会上,副院长陈吉祥布置了春节期间医疗安全工作。

最后,院领导集体向全院广大干部职工致以节日祝贺和良好的祝愿,总结表彰大会在热烈的掌声中圆满结束。



# 菁英正发声 共话行业前沿 医院举办“博士论坛”

## 一场汇聚高层人才的医学“百家讲坛”

近百名医学博士汇聚一堂,以医学前沿为主题,开展了一场高层医学人才之间的“头脑风暴”。2月1日下午,我院举办的第十四届“博士论坛”现场,问题不断抛出、思想屡有碰撞、探讨贯穿始终,成为一场名副其实的医学“百家讲坛”。作为我市医学高层次人才数量与质量居首的医疗单位,医院十年磨一剑,将“博士论坛”打造成为人才建设、学科发展的特色品牌。

### 解锁论坛关键词: 分享、解惑、探讨

“要以‘独上高楼,望尽天涯路’的志存高远去追求;要耐得住‘衣带渐宽终不悔,为伊消得人憔悴’的寂寞去钻研,下真功夫、苦功夫、细功夫;能够学用结合,学有所悟,用有所得;‘蓦然回首’,医教研的硕果就在‘灯火阑珊处’”,院长陈德玉在论坛开讲前给全场博士送上了这段寄语。迄今为止,我院博士论坛已经走过了10个年头,作为一个跨学科知识共享的平台,该论坛让高层医学人才之间找到了碰撞思想、争鸣学术的舞台。

本届论坛的主题内容也十分生动宽泛,从科室管理到跨学科研究与科研创新、糖尿病血管并发症的研究、临床与基础研究双向转化,真实、

客观地描述了医教研工作中的经验、困惑与想法,也代表各自所在学科领域介绍了未来发展的思路与方向。徐三荣、王中群、李月峰、王德强这四位论坛“主讲人”分别代表了医院中年、青年阶层的医学高层次人才,他们的“发声”具有很高的代表性。

齐聚近百名博士的报告厅几乎座无虚席,听报告时鸦雀无声,交流时热度不减,医学博士的论坛一点儿也不“高冷”,专业领域的问题大家相互答疑解惑,学科交叉部分积极交流探讨,建言献策时不忘分析补充。“分享、解惑、探讨”成为了本届论坛的关键词。

### 勾勒发展愿景图: 人才是医院建设的核心

作为大学附属医院、三级甲等综合医院,我院的高层次人才数量与质量始终在我市高居榜首。现有省医学创新团队2个,省医学领军人才2人,省重点医学人才1人,省“333”工程培养对象15人,省双创人才、特聘医学专家3人,省高校“青蓝工程”培养对象1人,市医学重点人才15人,市学术技术带头人11人,市科技骨干27人,有突出贡献的中青年专家9人。

医院致力于推行“人才强院”战略,以用好现有人才、引进急需人才、激活优秀人才、培养未来人才为重点,从实施“5123”人才计划以来,已经确定首批21名人才为“5123”人才培

养对象,按目标项目书和计划进行培养与管理;制定大外科“英才计划”,打造一批临床科研能力并重的学术技术后备人才。

“医院发展的根本在人才”,院党委书记尹志国说,人才尤其是高层次人才是医教研协同发展的核心动力,医院倾力打造博士品牌,就是要通过博士品牌打造技术品牌,打造社会认可的医院品牌。他也希望所有博士们对未来发展要充满信心,对学术研究要有心无旁骛的专注,在协同合作中要有大视野、大格局,“天之生于人也,与草木无异。若留一二有用事业,与草木同生,即不与草木同腐。”

## 在肝癌手术中 引入“导航系统” 外科大夫携手超声科医生, 精准定位下合作“清除”肝脏肿瘤

“导航系统”用在外科手术里是什么情形?我院近日就在一例肝脏肿瘤切除术中引入了超声“导航”,由超声医学科医生为外科大夫导航引路,让肿瘤“看得清”、“切得准”、“消得全”,做到精准定位、高效清除。患者术后各项指标恢复正常,即将康复出院。

### “你是我的眼”, 超声引路实现精准打击

65岁的患者潘先生在今年年初的一次体检中查出肝脏占位。家人表示,他除了间或有全身乏力的情况外,平时身体并没有什么异样。“患者辗转了多家医院之后找到我们,希望能给他做手术”,普外一科主任医师黄润生介绍,潘先生的病情可谓复杂,有30多年的乙肝及40多年的血吸虫肝炎病史,肝硬化,脾功能亢进,通过进一步的超声及CT检查,确诊为肝脏肿瘤,考虑原发性肝癌的可能性大。

手术肯定是肝脏肿瘤的治疗首选方案,但是患者肝脏上的肿瘤结节数量多、位置也比较分散,“一刀切”的外科手术有明显的局限性。黄润生与柳益书主任医师在制定治疗方案时,认为该患者的情况最适用外科手术+射频消融的模式,于是联系超声医学科主任陈宝定博士加入了治疗小组,做一次跨学科的合作。

由于患者合并有胆囊息肉、脾功能亢进的情况,治疗小组将手术内容敲定为肝占位切除术+术中快速冰冻+脾脏切除术+胆囊切除术+术中肝脏B超定位射频消融术。

1月24日上午10点45分,手术正式开始。黄润生与柳益书两位外科医生先行将肝脏上较大的3个肿块切除,并做快速病理,其中1个确定为原发性肝癌;之后由超声科陈宝定主任上场,进行B超定位,除3个已切除的肿块外,又发现了5个较小的肝结节,利用射频消融术将其逐一“清除”。接着外科医生再做脾脏和胆囊的切术,2个多小时的手术接力,圆满完成了预定



任务。

“利用超声的精准定位和射频消融技术,有效规避外科手术在肝脏多发性肿瘤手术中的瓶颈,肿瘤看得清楚,切得干净,出血少、创伤小,对患者来说,无疑是一套完美的治疗方案”,黄润生主任说,术后患者的肝功能、肿瘤标志物等指标均恢复正常,目前身体和精神状况都很好,很快就能康复出院。

### 集众家所长, 多学科合作是 肿瘤手术的发展趋势

黄主任说,以肝癌为例,传统的治疗手段比较单一,要么选择外科手术,要么就去做介入治疗。手术容易有“盲区”,会发生肿瘤的遗漏,而介入手术在面对较大的肿瘤组织时也往往“束手无策”。这时就要集众家所长,利用超声科等影像学科的“导航系统”实现肿瘤的精准定位,将大的肿瘤组织交给外科医生处理,分散的小肿块交给更具优势的射频消融等介入技术。这样,许多原本失去手术机会的患者就又能看到了希望,获得良好的治疗预期。

近年来,我院外科手术在多学科合作方面进行了很多的有益尝试,超声医学、介入科、麻醉科、心内科等科室在外科手术中开始扮演重要角色,他们的加入,为手术提供了更多的可能性,多学科合作展现出了强劲的发展势头。

### 肝癌隐匿性强, 早期诊断是关键

据了解,肝癌是最常见的恶性肿瘤之一,我国每年新诊断的肝癌约占全世界55%,其死亡率在我国恶性肿瘤中列第二位。我国肝癌的特点是:早期诊断率较低,不少患者发现即为中晚期。肝癌早期可无任何症状或体征,少数病人会出现食欲减退、上腹闷胀、乏力等,有些病人可能轻度肝肿大。这也是常规筛查对于早期发现如此重要的原因。

肝癌恶性程度高且复杂难治,绝大多数伴有不同程度的肝硬化,易复发和转移是其固有的疾病特征。

黄主任说,对于肝癌的防治,就是简单的一句话“早发现早治疗”,正常人每年都要做肝功能、超声检查,有肝炎病史的高危人群,务必要做好日常的保养和定期检查。在生活中,要做到远离烟酒,不酗酒,不吃发霉变质的食物,不滥用药物,健康饮食,杜绝不良生活习惯。



## 斩获佳绩,内分泌代谢科护士长尹卫荣获 省“住院高血糖患者护理质量改进项目”决赛一等奖

2月3日,江苏省“住院高血糖患者护理质量改进项目”决赛在扬州苏北人民医院如期举行。我院内分泌代谢科护士长、省级糖尿病专科护士尹卫从近70个初赛项目中一路过关斩将进入最终的30强决赛,并以高分获评一等奖。本次比赛由江苏省护理学会糖

尿病专业委员会主办,苏北人民医院承办。江苏省护理学会王艳副理事长主持,江苏省护理学会霍孝蓉理事长、江苏省苏北人民医院潘云龙副院长、扬州市护理学会朱亚萍理事长和江苏省护理学会糖尿病护理专委会莫永珍主任等出席比赛活动。

尹卫护士长所作的“MDT模式下的妊娠合并糖尿病患者管理成效探索”展现了多学科合作的成效,以及扎实的日常调研基础及对热点问题的思考与探索,从众多参赛作品中脱颖而出,取得一等奖的好成绩。





病房里的年味儿

# 点滴中彰显自信

## ——学十九大心得体会

监察室 恽端

习近平总书记所作的党的十九大报告,高瞻远瞩、气势恢宏,总揽全局、实事求是,明确宣示了进入新时代我们党举什么旗、走什么路、以什么样的精神状态、担负什么样的历史使命、实现什么样的奋斗目标等重大问题,指明了党和国家事业的前进方向,是我们党团结带领全国各族人民在新时代坚持和发展中国特色社会主义的政治宣言。

十九大上,习近平总书记向世界宣示,中国特色社会主义进入新时代。中国共产党在新时代的新形象,令人无比期待。

从媒体的报道中不难发现,本次大会首次开设“党代表通道”、首次开通微信公众号、按计划举办6场记者招待会和8场集体采访、34个代表团面向媒体开放……通过这场盛会,让我们看到了一个更加成熟自信的政党,看到了更加开放进步的中国。

本次大会共有34个代表团向中外媒体开放,共吸引3200多人次境内外记者到场采访。在现场,媒体提出问题180多个,100%得到回答——从这一组数据可以看到世界对今日中国之关注,也可以看到我们党主动回应世界关切之自信。而在每一个开放日,外国记者总能获得为数不少的提问机会。不论问题多么尖锐,得到的回答总是清晰而坚定,受到的对待总是包容而友善。这些都传递出一个强烈的信号——中国共产党的开放透明态度前所未

有,一个敢于直面问题、敞开心扉的政党正镇定地接受世界的注目礼。

首次开通微信公众号、首次设立融媒体访谈室——既体现出我们的党越来越自信地面对世界,又说明在讲好中国故事、传播好中国声音这方面,我们党开始在做各种更加深入具体、更有新媒体特点的服务,这诸多“细节”也让中外记者感受到中国共产党乐于公开的真实诚意——人民日报刊发评论指出,十九大开放自信的姿态,是五年来我们党主动回应世界关切、主动搭建交往交流交心平台桥梁的小结,也是在新时代争取更多人理解、尊重、认同党的价值理念和方针政策的开启。

在开放姿态背后,我们看到的其实是一种实力和底气。正如十九大报告所言,十八大以来的五年,是党和国家发展进程中极不平凡的五年。面对世界经济复苏乏力、局部冲突和动荡频发、全球性问题加剧的外部环境,面对我国经济发展进入新常态等一系列深刻变化,我们党

坚持稳中求进工作总基调,迎难而上,开拓进取,取得了改革开放和社会主义现代化建设的历史性成就。

5年来的历史性成就集聚了新时代中国特色社会主义的雄厚基础;5年来的历史性变革酝酿了新时代中国特色社会主义主要矛盾新变化;5年来党的理论创新形成了新时代中国特色社会主义的科学理论;5年来以习近平同志为核心的党中央治国理政宝贵经验构建了新时代中国特色社会主义的基本方略;5年来实现伟大梦想的奋斗实践奠基了新时代中国特色社会主义的战略安排;5年来全面从严治党的显著成效锻造了新时代中国特色社会主义的坚强领导。

这些正是习近平总书记在十九大报告中提出的适应时代发展新要求的一系列新思想新观点新论述的基础,最突出的感受是“四个新”——

第一个“新”体现在中国特色社会主义进入了新时代,社会主要矛盾出现的新变化(我国社会主要矛盾已经转化为人民日益增长的美好

生活需要和不平衡不充分的发展之间的矛盾——社会主要矛盾转化集中反映出我国社会发展新的阶段性特征;这个矛盾转化也是制定党和国家大政方针、长远战略的重要依据;我国社会主要矛盾的变化没有改变我们对我国社会主义所处历史阶段(我国仍处于并将长期处于社会主义初级阶段的基本国情没有变,我国是世界最大发展中国家的国际地位没有变)的判断);

第二个“新”体现在新时代中国共产党的历史使命,要进行伟大斗争,建设伟大工程,推进伟大事业,实现伟大梦想;

第三个“新”体现在开创性地提出了新时代中国特色社会主义思想并全面阐述了新时代坚持和发展中国特色社会主义的14个基本方略;

第四个“新”体现在新时代中国特色社会主义发展两个阶段的战略安排,开启了中国特色社会主义现代化建设的新征程。

中国特色社会主义进入新时代,对党的建设也提出了新的要求。

新时代党的建设总要求亮点很多,其中一个重大变化,是把政治建设和纪律建设列入党的建设总体布局,把制度建设贯穿于政治建设、思想建设、组织建设、作风建设、纪律建设之中,这也是新的要求。同时,对于反腐败斗争强调“深入推进”,充分表明了我们党坚定不移正风肃纪的坚强决心。

习总书记在十九大报告里对未来五年的奋斗目标做出清晰定位:从十九大到二十大的5年,正处在实现“两个一百年”奋斗目标的历史交汇期,第一个百年目标要实现,第二个百年奋斗目标要开篇。这其中有一些重要的时间节点,是我们工作的坐标。

前进之路没有坦途,目标越伟大,使命越艰巨。走在中华民族伟大复兴的路上,需要我们不忘党的初心和使命,“以人民为中心、迈向美好生活的新征程”,撸起袖子加油干,拧成一股绳干事创业,努力让世界倾听我们的好声音!

从党的十九大的点滴,我们看到了一个更加开放的国度,更加自信的政党,感受到更加美好的生活、更加光明的前景。这一切都让我们有理由坚信,我们的党越来越成熟,我们的道路必将越走越宽广。

学思践悟在基层

# 宝宝1岁前的辅食如何添加?

受访医生:儿科 主任医师 忻悦

世界卫生组织最新规定,要求纯母乳或配方奶喂养的宝宝到6个月时需添加辅食,而旧规定是4个月。因为母乳或配方奶完全可以为0到6个月的宝宝提供足够的营养,太早添加辅食会造成宝宝过敏和身体不适。宝宝到了6个月后,因为母乳和配方奶中铁的含量明显不足,宝宝需要从辅食中摄取,而且这个时候的宝宝各方面都已发育成熟,逐渐可以应对各种变化的辅食。

辅食的添加主要具有两方面的作用,一是添加的营养素弥补单纯奶制品的不足,促进孩子健康生长;二是训练孩子胃肠道功能、咀嚼等生理功能,其中,第一条非常重要。所以,最早添加的辅食应该与孩子生长到4-6个月营养素需求有关。

那么,如何给宝宝添加辅食呢?

首先,家长要明确,辅食只是宝宝的辅助食品,6个月到一岁之间,宝宝的很多营养还要从母乳或配方奶中摄取,宝宝还要保证每天500毫升到800毫升量的奶。

其次,添加辅食时,第一次可以先用宝宝爱喝的奶来冲米粉,在上午固定的时间内喂,最好先喂宝宝一点奶,在宝宝不是太饿的情况下试着加辅食。喂宝宝时,宝宝一定要直立坐好,千万不要躺着喂,以免呛着宝宝。

最安全的早期添加食品有米粉、苹果、梨、香蕉、木瓜、鄂梨、西兰花、胡萝卜、白薯、土豆和南瓜。

为了宝宝的健康和尽量避免过敏的发生,以下几种食物开始时不要给宝宝随便吃,要谨慎为佳。

## 1. 带有面筋的食物

6个月以内的宝宝不能吃任何含有面筋的食物,例如面粉、燕麦等。此外,凡是容易过敏的食物都尽量迟一些添加。

## 2. 盐

宝宝满1周岁前,所有的食物都不能加任何盐,过多的盐会对宝宝还未成熟的肾造成负担,而且会影响宝宝的饮食习惯,造成日后的血压高。另外,过多的盐也会影响宝宝对钙的吸收。

宝宝小的时候并不需要盐,也不知道要吃咸,所以不要着急加盐,调味可以用水果和蔬菜的自然味道调整,这一点对宝宝日后的身体健康很重要。

## 3. 糖

宝宝的食物中不要加糖,吃糖太多会增加宝宝龋齿的风险,而且,血中的血糖急速变化可能导致宝宝情绪化,特别爱哭闹。

## 4. 蜂蜜

因为蜂蜜中常含有肉毒梭状芽孢杆菌,可以造成宝宝感染,甚至中毒,所以宝宝1岁以前绝对不要给宝宝吃蜂蜜。

## 5. 鸡蛋

鸡蛋其实也是容易造成过敏的食品,要尽量晚一些添加,而且鸡蛋一定要完全煮熟了再给宝宝吃。从宝宝9个月时开始,可以增加蛋黄,蛋清部分应该加得更晚,因为更容易引起过敏。

## 6. 果仁

各类果仁在部分国家是要求5岁以后才可以让孩子食用,一是容易过敏,二是容易卡着宝宝,有危险。

## 7. 牛奶

宝宝要喝母乳或配方奶,到1岁以后再让宝宝直接饮用牛奶,因为牛奶中缺少重要的铁和维生素C。

## 8. 草莓和猕猴桃

草莓是水果中最易造成过敏的食物,特别是宝宝有哮喘或湿疹就更应避免吃草莓。猕猴桃只能给9个月以上的宝宝吃,不满9个月尽量不要吃猕猴桃。

## 9. 海鲜

1岁以内尽量不要给宝宝吃海鲜,因为容易过敏,做不熟还可以造成食物中毒。

## 10. 高纤维食品

高纤维食品对成人很健康,但会影响宝宝对重要微量元素的吸收,两岁前不要给宝宝食用。

# 烫伤怎么办? 不要轻信“土方”

受访医生:烧伤整形科 主任医师 刘昌

大多数人或多或少都被烫过,有些人觉得不就是烫了一下嘛,稍微用水冲冲就好了,没啥大事儿。有些人却顾虑重重,万一要是起水泡了咋整?抹牙膏管用吗?皮肤不会留疤痕吧?那么,遇到烫伤到底该怎么处理呢?

首先,应该先判定自己的烫伤严重程度。如果只是烫红了,没有水泡,说明只伤到了皮肤的表皮层,属于I度烫伤,比较轻;如果烫伤部位除了红之外,还出现了水泡,水泡皮脱落后,能见到里面是粉红色的肉,有比较多的液体渗出来,属于II度烫伤。如果水泡皮脱落后,里面的肉是花白或红白相间的状态,是比较严重的深II度烫伤;如果被烫伤的部位变成了红褐色或者灰色,里面的肉是苍白的,而且没有很多液体渗出,这就可能出现了最重的III度烫伤。

如果是小面积的I度、II度烫伤,不用去医院处理,自己在家就能搞定。但如果出现了深II度、III度烫伤,或者面积比较大的I度、II度烫伤,就需要在做完紧急处理后,尽快去医院就诊。

不管是被水、油还是滚烫的锅烫伤了,处理方式都是分三步——脱、冲(泡)、盖。

## 1. 被烫伤了,先脱烫伤处的衣服

如果被烫伤了,赶紧脱掉烫伤部位的衣服!有的人会担心:脱衣服的时候,会不会蹭到皮肤?会不会造成二次伤害?事实上,如果不迅速脱掉被热水打湿的衣服(特别是寒冷的季节,穿着较厚衣服时),残留的余温会继续烫伤皮肤,加重烫伤的严重程度。也许本来这块皮肤只是被烫到发红,如果不及时把衣服脱下来的话,却可能会被烫出水泡。和烫伤被加重相比,轻微的皮肤损伤也就不算什么了。

## 2. 烫红了一片,找冷水

对于面积不是很大的烫伤,可以迅速直接冲冷水,把被烫伤的部位放在自来水龙头下面冲30-90分钟,这样能减轻热力对皮肤的进一步损伤,还能有效缓解疼痛。

如果旁边没有流动水的话,用清洁的冷水浸泡30-90分钟(水温最好为15~20℃)也行,但是一定要用干净的水和盆,如果长时间浸泡在不干净的水里的话,可能会导致烫伤的地方感染。实在不行,也可以用干净的毛巾浸水后进行冷敷。

## 3. 去医院之前,找毛巾、纱布盖好伤处

做好紧急处理后,需要把烫伤的地方用干净的毛巾、纱布覆盖好,再去医院就诊,防止烫伤部位在路上被感染。

如果起了小水泡,消毒后可以戳破。水泡要是起得比较小,只有小米粒大小的话,大多是可以被皮肤自动吸收的,不用做特殊处理;一旦起了比较大的水泡,胀痛明显,就可以用酒精消毒过的针把水泡刺破,把里面的“水”放出来,再包扎一下伤口,防止感染。

注意,不可以用剪刀、指甲刀把水泡剪掉!因为用剪刀、指甲刀剪掉水泡,会让里面的创口失去保护层,创口没有了这层皮保护,疼痛会加重,愈合也会慢些,还容易感染。但如果水泡皮已经破损、掀起或被污染,就有必要去除。另外,5-7天以后松脱的水疱皮由于保护作用已经不大,也可以酌情去除。

老辈人经常有一些治疗烫伤的“土方”,如抹酱油、黄酱、牙膏、食盐、香油等。其实,这些“土方”大部分不但没有确切的治疗作用,有时还会污染烫伤的创面,带来感染的风险。另外,最好也不要涂抹有颜色的药物(红药水、紫药水等),这可能会影响医生对创面的观察和判断。

至于烫伤后是否会留疤痕,主要与损伤的深度有关。损伤的深度,包括烫伤的深度和伤口处理不当造成“继发损伤”的深度。一般来说,只有损伤到真皮深层才会留疤痕(深II度以上程度烫伤,或处理不当造成创面加深的II度烫伤),所以对于普通的烫伤,大家不用太过担心留疤的问题。

## 微言健康

据估计,我国目前患有睡眠呼吸暂停综合征的人约有3000万~5000万!60岁以上的人,患有睡眠呼吸暂停综合征的有20%~40%。而得到诊断和治疗的患者还不到总数的千分之二。睡眠呼吸暂停综合征正吞噬着我们的睡眠,危害着我们的健康。

呼吸内科 主任医师 马国尔

高血脂、高血压、糖尿病和吸烟是导致冠心病的四大危险因素。其中,糖尿病是冠心病最主要的致病性危险因素。而目前30岁以上人群中高血脂、高血压、高血糖的数量不少。他们平时没有症状,甚至没有任何不适,但都有发生冠心病的可能。

心内科 主任医师 王昭军

糖尿病会导致病人的血管发生缓慢但不可阻挡的硬化,尤其是微血管。所以糖尿病严重时,肾脏功能也严重受损。据统计,在美国因糖尿病末期导致尿毒症而透析的病人占首位,在中国已迅速上升为次席。

肾内科 主任医师 王晓明

老年人体重超重会增加脊柱和关节的负担,容易发生背痛、关节炎和关节变形等。保持适度体重的理想办法是:控制饮食和体育锻炼。日常生活中还要保持正确的体态,平时应自然地使胸脯前挺,腹部内收,这样可以避免和克服老年人的弯腰、驼背现象。

老年病科 主任医师 严丽荣

小儿咳嗽力量弱,不能有效清除气管的分泌物,导致痰液引流不畅,另外由于小儿不会有意识地咳嗽,常常把痰咽下,所以临床上对痰的性质和量缺乏有效判断;其次,比起成人,小儿咳嗽常伴有喘息,往往使病情表现严重。

儿科主任医师 忻悦

降压药有许多种,作用也不完全一样。有些降压药对这一类型高血压有效,有些降压药对另一类型高血压有效。服药类型不对路,降压作用就不能充分发挥,有时会误以为“降压药不灵”。高血压病人的药物治疗应在医生指导下进行,应按病情轻重和个体差异,分级治疗。

心内科主任医师 侯建民

尿常规检查的项目包括颜色、透明度、酸碱度、红细胞、白细胞、上皮细胞、管型、蛋白质、比重及尿糖定性,以了解肾功能、诊断肾炎、肾病、泌尿系感染、糖尿病、胆道阻塞。

检验科主任技师 阴晴